



L'écho santé

CPTS du Gapençais



CPTS
du Gapençais

La CPTS change ses adresses mail



La CPTS du Gapençais change ses adresses mail !

A présent, vous pouvez prendre contact avec la CPTS en envoyant un mail à cette adresse :
contact@cptsgapençais.com

Pour échanger avec un membre spécifique de la CPTS, veuillez noter les coordonnées suivantes :

Noémie POYET - Coordinatrice :

➔ **n.poyet@cptsgapençais.com / 06 88 85 83 79**

Sonia DESCAMPS ARCHIERI - Chargée de mission et de la communication :

➔ **s.descamps@cptsgapençais.com / 07 63 78 86 52**

Sophie LOPOUKHINE - Accompagnatrice santé :

➔ **s.loupoukhine@cptsgapençais.com / 06 47 21 12 23**



Colloque « Littératie en santé... Donner des clés pour agir »



**Jeudi 6 Novembre 2025,
Au Pôle culturel XXe, à Savines-le-Lac**

Le CoDES 05 organise, avec le soutien de l'ARS PACA, et de ses partenaires locaux mobilisés, son prochain colloque annuel départemental sur : « Littératie en santé... Donner des clés pour agir » à destination de l'ensemble des professionnels, partenaires et toute personne issue de la société civile, impliqués ou souhaitant témoigner, dans notre département.

Les modalités d'inscription ainsi que le programme de cette journée vous seront communiqués sur le mois de septembre.

Le chiffre du mois

① / ④

En 2025, une enquête IPSOS révèle qu'1 adolescent sur 4 (25%) présente une suspicion de trouble anxieux généralisé.

Formation IDEL au dépistage du cancer colorectal

**22/09 à 14h ou 02/10 à 20h ET
26/09 de 9h à 17h, à Gap**



La seconde session de formation pour les infirmiers libéraux est ouverte !

Inscription : s.descamps@cptsgapençais.com

ACTUALITÉS

Depuis le 1er juillet 2025, il est désormais interdit de fumer dans plusieurs lieux publics extérieurs, notamment :

-  les parcs, jardins et aires de jeux ;
-  les plages bordant des zones de baignade, pendant la saison estivale ;
-  les abribus et zones couvertes d'attente des transports ;
-  les abords des écoles, collèges, lycées, crèches, bibliothèques, piscines, stades et installations sportives (avec périmètre d'au moins 10 mètres).



Important : les terrasses de cafés et restaurants ne sont pas concernées par cette interdiction.

Séjour sport santé

Du 26 au 28 septembre 2025



L'association MouvAlp's organise un séjour touristique sport-santé à destination des personnes ayant des troubles métaboliques (obésité / surpoids, diabète et hypertension artérielle).



Plus d'informations ici

INSCRIPTION AVANT LE 26 AOUT 2025



Forum santé

Vendredi 5 septembre 2025

Le Forum Santé du territoire organisé par l'ARS PACA, aura lieu à la cinémathèque de montagne de 14h à 19h30 à Gap.

Cet événement vise à renforcer l'attractivité du territoire pour les professionnels de santé.

Le programme et le lien d'inscription vous seront fournis ultérieurement.

PORTRAIT DU MOIS



*Je suis Manon Hareaut, diététicienne..
mais rassurez-vous : je ne vais pas
vous mettre à l'amende pour un carré
de chocolat !*

Ma philosophie ? Zéro interdit alimentaire sans raison valable, zéro culpabilité, zéro régime miracle. À la place, je mise sur le plaisir alimentaire, la bienveillance, la flexibilité, et des objectifs progressifs pour améliorer durablement votre hygiène de vie et votre santé.

J'accompagne aussi bien des personnes en bonne santé que celles vivant avec une pathologie chronique, car l'alimentation joue un rôle clé pour chacun.

À ce titre, je me suis récemment formée pour mieux accompagner les personnes confrontées à l'obésité et aux troubles métaboliques associés comme le diabète de type 2, les dyslipidémies ou l'hypertension artérielle...

Mon approche consiste à aider chaque personne à trouver son propre équilibre alimentaire, en tenant compte de son mode de vie, tout en réconciliant l'assiette avec l'image de soi.

Oui, on peut aimer les légumes **et** le tiramisu ! D'ailleurs, saviez-vous que "tiramisu" signifie littéralement "tire-moi vers le haut" ? C'est exactement ce que je m'efforce de faire à chaque étape de votre parcours de soin."

